



GUIA para **ministros** da saúde

Conectando a ciência e a comunidade para a saúde



O que sabemos

- O zika pode causar alguns defeitos congênitos graves.
- Não há vacina para prevenir o zika.
- O zika é transmitido principalmente por picadas de mosquito. As pessoas podem se proteger contra o zika prevenindo picadas de mosquito (veja abaixo).
- Os mosquitos que transmitem o zika vírus picam principalmente durante o dia, mas também picam à noite.
- O zika pode ser transmitido pela relação sexual com um(a) parceiro(a) infectado(a).
- Preservativos podem reduzir a chance de contrair zika por relação sexual.

Sobre o zika

Como ministro da saúde, você ocupa uma posição de grande poder na comunidade. Geralmente, os ministros da saúde têm percepções importantes sobre a cultura local e ganharam a confiança dos membros da comunidade. Você pode até mesmo servir como primeiro ponto de contato dos membros da comunidade para preocupações relacionadas com saúde. Este guia foi criado para ajudá-lo a ajudar sua comunidade a aprender sobre o zika.

A doença do zika vírus é transmitida principalmente pela picada de um mosquito infectado (*Aedes aegypti* ou *Aedes albopictus*). Esse tipo de mosquito vive em algumas partes dos Estados Unidos. Os mosquitos são infectados quando picam uma pessoa já infectada pelo zika. Quando o mosquito é infectado, ele pode transmitir o vírus ao picar outras pessoas.

Os ministros da saúde e suas comunidades devem estar preocupados com a infecção por zika durante a gravidez porque os bebês nascidos de mulheres infectadas pelo zika vírus durante a gravidez podem ter microcefalia e outros defeitos cerebrais graves. A microcefalia é uma condição em que a cabeça do bebê é muito menor do que se espera. Durante a gravidez, a cabeça do bebê cresce porque o cérebro do bebê cresce. A microcefalia pode ocorrer porque o cérebro do bebê não se desenvolveu adequadamente durante a gravidez. Bebês com microcefalia podem ter uma série de outros problemas de saúde, dependendo da gravidade de sua microcefalia. Esses problemas podem variar de leves a graves e, muitas vezes, duram a vida toda. Em alguns casos, esses problemas podem ser fatais.

Bebês com microcefalia



Bebê com tamanho de cabeça normal



Bebê com microcefalia



Bebê com microcefalia severa

Tamanho de cabeça normal

Tamanho de cabeça normal

A maioria das pessoas infectadas pelo zika não apresenta sintomas ou apresenta apenas sintomas leves. Os sintomas mais comuns de zika são febre, erupção cutânea, dor articular e conjuntivite (olhos vermelhos). A doença é geralmente leve com sintomas que duram de alguns dias a uma semana depois da picada de um mosquito infectado. As pessoas geralmente não ficam doentes a ponto de ir ao hospital e muito raramente morrem por causa do zika. Por isso, muitas pessoas podem não saber que foram infectadas. Depois que uma pessoa é infectada, ela provavelmente fica protegida contra infecções futuras.



COMO O ZIKA SE DISSEMINA

POR PICADAS DE MOSQUITO

- O zika vírus é transmitido para as pessoas principalmente pela picada de um mosquito infectado (*Ae. aegypti* e *Ae. albopictus*). Esses são os mesmos mosquitos que transmitem os vírus da dengue (www.cdc.gov/dengue/) e chikungunya (www.cdc.gov/chikungunya/).
- Os mosquitos normalmente põem ovos em recipientes com água parada ou próximo a eles, como baldes, bacias, pratos de animais, potes e vasos de flores. Eles preferem picar pessoas e vivem em ambientes fechados e ao ar livre perto de pessoas.
- Os mosquitos que transmitem zika, dengue e chikungunya picam agressivamente durante o dia. Eles também podem picar à noite.
- Os mosquitos são infectados quando picam uma pessoa já infectada pelo vírus. Os mosquitos infectados podem então transmitir o vírus a outras pessoas por meio de picadas.

DA MÃE PARA A CRIANÇA

- Uma gestante infectada pelo zika pode transmitir o vírus ao feto durante a gravidez ou próximo ao momento do parto.
- Até o momento, não há relatos de crianças infectadas pelo zika vírus por aleitamento materno. Em função dos benefícios do aleitamento materno, recomendamos às mães amamentarem mesmo em áreas com zika.

POR CONTATO SEXUAL

- Somente as pessoas cujos parceiros sexuais vivem ou viajaram para áreas com transmissão de zika estão em risco de contrair zika por meio da relação sexual.
- Uma pessoa com zika vírus pode transmiti-lo aos seus parceiros sexuais durante o sexo sem preservativo, mesmo que não apresente sintomas.
- Use preservativos masculinos ou femininos corretamente do início ao fim, toda vez que tiver relação sexual vaginal, anal e oral (boca no pênis).
- As barreiras dentais (lâminas de látex ou de poliuretano) também podem ser usadas para alguns tipos de sexo oral (boca na vagina ou boca no ânus).



TOME MEDIDAS PARA PREVENIR PICADAS DE MOSQUITOS

- Use camisas de mangas compridas e calças compridas.
- Abrigue-se em locais com ar condicionado e use telas nas janelas e portas para manter os mosquitos do lado de fora.
- Use repelentes de insetos registrados na Agência de Proteção Ambiental dos EUA (EPA) (<https://www.epa.gov/insect-repellents>) com um dos seguintes ingredientes ativos: DEET, picaridina, IR3535, óleo de eucalipto citriodora ou para-mentano-diol. Quando usados de acordo com as instruções, esses repelentes de insetos são comprovadamente seguros e eficazes, mesmo para mulheres que estejam grávidas ou amamentando.

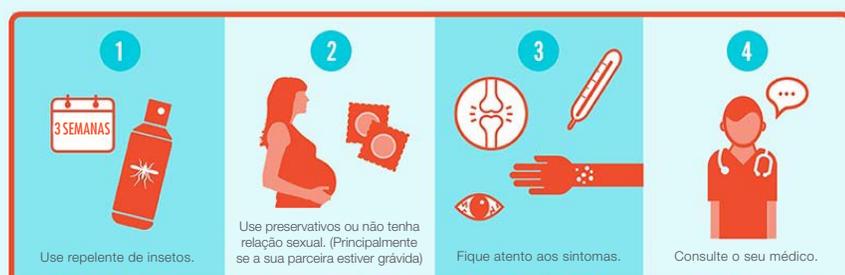
PREVENÇÃO DO ZIKA E OUTROS VÍRUS TRANSMITIDOS POR PICADAS DE MOSQUITO

EVITE VIAJAR PARA UMA ÁREA COM ZIKA

Até que se saiba mais, o CDC recomenda precauções especiais para mulheres grávidas. As gestantes não devem viajar para áreas com zika. Se uma gestante precisar viajar para uma dessas áreas, deverá falar com seu profissional de saúde primeiro e seguir estritamente as medidas para prevenir picadas de mosquitos durante sua viagem. Os ministros da saúde podem incentivar as gestantes a seguirem esse conselho.

PREVENÇÃO DO ZIKA APÓS UMA VIAGEM

4 formas de impedir a disseminação



PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES, ACESSE CDC.GOV/TRAVEL

TOME MEDIDAS PARA EVITAR CONTRAIR ZIKA DURANTE A RELAÇÃO SEXUAL

- Somente as pessoas cujos parceiros sexuais vivem ou viajaram para áreas com zika estão comprovadamente em risco de contrair o vírus pela relação sexual. O período de tempo para uso de preservativos e barreiras dentais ou de abstinência sexual variará de acordo com a situação e as preocupações do casal.
- Casais em que a mulher está grávida e o homem tenha viajado ou viva em uma área com zika deverão usar preservativo corretamente, do início ao fim, toda vez que tiverem relações sexuais ou não deverão ter relações sexuais durante a gravidez.
- As gestantes que acharem que o parceiro possa ter ou ter tido zika devem falar imediatamente com seu profissional de saúde. A conversa deve incluir sintomas, histórico de viagens, quanto tempo o parceiro permaneceu na área com transmissão ativa de zika, se ele tomou medidas para prevenir picadas de mosquito e se o casal teve relação sexual sem preservativo após o retorno do parceiro.
- Os casais que não estão grávidos, mas temem contrair o zika pela relação sexual podem considerar o uso de preservativos toda vez que fizerem sexo vaginal, anal e oral ou poderão optar pela abstinência sexual.

Para casais com um parceiro que vive ou viajou para uma área com zika:

- Mulheres que tenham sido diagnosticadas com zika ou tenham (ou tiveram) sintomas devem considerar o uso de preservativos ou abster-se de sexo por pelo menos **8 semanas** após o início dos sintomas.
- Homens que tenham (ou tiveram) sintomas devem considerar o uso de preservativos ou abster-se de sexo por pelo menos **6 meses** após o início dos sintomas. Esse período prolongado deve-se ao fato de o zika permanecer no sêmen por mais tempo que em outros fluidos corporais.
- Homens e mulheres que tenham viajado para áreas com zika, mas não desenvolveram sintomas, devem considerar o uso de preservativos ou abster-se de sexo por pelo menos **8 semanas** após o retorno.
- Se qualquer um dos parceiros vive em uma área com zika, mas nunca desenvolveu sintomas, o casal deve considerar o uso de preservativos ou não ter relações sexuais enquanto houver zika na área.

GRAVIDEZ E CONCEPÇÃO DURANTE UM SURTO DE ZIKA

CASAIIS GRÁVIDOS

O zika vírus pode ser transmitido por um homem ou uma mulher aos seus parceiros durante o ato sexual vaginal, anal ou oral ou pelo compartilhamento de brinquedos sexuais. Somente as pessoas cujos parceiros sexuais vivem ou viajaram para áreas com zika estão em risco de contrair o zika vírus pela relação sexual.

O zika é mais preocupante para mulheres grávidas e mulheres que podem engravidar enquanto infectadas. Uma mulher grávida pode transmitir o zika vírus ao feto durante a gravidez. O zika é a causa de microcefalia e outros defeitos cerebrais graves do feto. Estamos estudando a gama total de outros problemas de saúde potenciais que a infecção pelo zika vírus pode causar durante a gravidez.

- Mulheres grávidas que tenham viajado recentemente a áreas com zika devem falar com um médico ou outro profissional de saúde sobre a viagem, mesmo quando não apresentam sintomas.

- As mulheres grávidas devem consultar um médico ou profissional de saúde se tiverem febre, erupção cutânea, dor articular ou olhos vermelhos durante sua viagem ou dentro de 2 semanas depois de viajar para uma área com zika. Elas devem informar ao médico ou profissional de saúde sobre os locais onde estiveram.

Devido ao elo entre zika e defeitos congênitos, gestantes com parceiros que vivam ou tenham viajado para áreas com zika devem tomar medidas para prevenir a infecção. Elas devem usar preservativos ou barreiras dentais toda vez que tiverem relação sexual vaginal, anal e oral ou não ter relação sexual durante a gravidez.

Não ter relação sexual pode eliminar o risco de contrair o zika pelo ato sexual.



CASAIIS PLANEJANDO A GRAVIDEZ

Para mulheres e homens que tenham sido diagnosticados com zika ou que tenham sintomas de zika (febre, erupção cutânea, dor articular ou olhos vermelhos), após possível exposição ao zika vírus, o CDC recomenda o seguinte:

- As mulheres devem aguardar pelo menos 8 semanas após o aparecimento dos primeiros sintomas antes de tentar engravidar.
- Os homens devem aguardar pelo menos 6 meses após o aparecimento dos primeiros sintomas antes de engravidar a parceira.
- Homens e mulheres devem usar preservativos corretamente toda vez que tiverem relação sexual vaginal, anal e oral ou abster-se durante esse período se estiverem preocupados com a possibilidade de transmitir o zika vírus a seus parceiros sexuais.

Homens e mulheres sem sintomas do zika vírus, mas com possível exposição ao zika resultante de uma viagem recente ou de contato sexual devem aguardar pelo menos 8 semanas após a possível exposição antes de tentar conceber. Homens e mulheres sem sintomas do zika vírus que vivem em um área com transmissão ativa de zika devem falar com os profissionais de saúde locais sobre seus planos de gravidez durante um surto do zika vírus, os potenciais riscos e sobre como podem prevenir a infecção pelo zika vírus durante a gravidez. As decisões sobre o planejamento da gravidez são pessoais e complexas. As circunstâncias para mulheres e seus parceiros variam, e são melhores discutidas como parte do atendimento clínico para uma mulher e seu parceiro durante uma consulta a um profissional de saúde de confiança.

SINTOMAS, DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DO ZIKA

SINTOMAS

- Muitas pessoas infectadas pelo zika vírus não tomarão conhecimento dele, pois não apresentarão sintomas. Para aqueles que adoecerem, a doença é geralmente leve com sintomas que duram de alguns dias a uma semana depois da picada de um mosquito infectado.
- Os sintomas mais comuns são febre, erupção cutânea, dor articular ou conjuntivite (olhos vermelhos). Outros sintomas comuns são dor muscular e dor de cabeça. O tempo desde a exposição à apresentação de sintomas para o zika vírus é desconhecido, porém é provável que seja de poucos dias até uma semana.
 - Gestantes que tenham febre, erupção cutânea, dor articular e olhos vermelhos dentro de 2 semanas após viajar para um local com zika devem procurar um médico ou outro profissional de saúde e contar a eles sobre seu histórico de viagem recente.
- As pessoas geralmente não ficam doentes a ponto de ir ao hospital e raramente morrem por causa do zika.

DIAGNÓSTICO

- Os sintomas do zika podem ser parecidos com os de outras doenças.

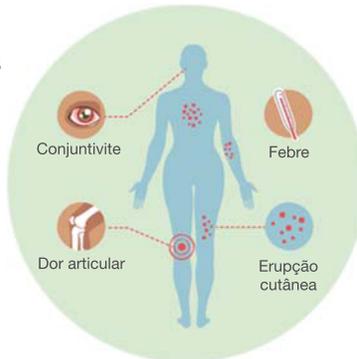
SE ESTIVER COM ZIKA, PROTEJA OS OUTROS CONTRA A DOENÇA

- Durante a primeira semana da infecção, o zika vírus pode ser encontrado no sangue e transmitido da pessoa infectada para outro mosquito através da picada. O mosquito infectado pode transmitir o vírus a outras pessoas.
- Para ajudar a evitar que outros fiquem doentes, siga estritamente os passos para prevenir picadas de mosquitos durante a primeira semana da doença.
- Os casais devem proteger-se contra transmissão sexual se um dos parceiros for diagnosticado com zika ou apresentar sintomas enquanto vive ou após viajar para uma área com zika. Quando usados corretamente, os preservativos podem reduzir o risco de transmitir zika pela relação sexual. Não fazer sexo é a melhor maneira de eliminar o risco de transmissão sexual.
 - Homens que tenham sido diagnosticados com zika ou tenham sintomas de zika devem usar preservativos em toda relação sexual ou abster-se de sexo por pelo menos 6 meses após o início dos sintomas.
 - Homens que tenham viajado para uma área com zika, mas não têm diagnóstico ou sintomas, devem tomar precauções por pelo menos 8 semanas após retornar da viagem.
 - Mulheres que tenham sido diagnosticadas com zika ou apresentem sintomas de zika devem usar preservativos durante a relação sexual ou abster-se de sexo por pelo menos 8 semanas após o início dos sintomas se estiverem infectadas ou tiverem sintomas ou por 8 semanas após o retorno de uma área com zika se nunca tiveram sintomas.

- Aconselhe os membros da comunidade a visitarem um profissional de saúde caso apresentem os sintomas descritos acima e tenham visitado uma área com zika. Elas devem informar ao profissional de saúde sobre os locais onde estiveram.
- O profissional de saúde poderá solicitar exames de sangue ou urina para investigar a presença do zika ou viroses similares, como dengue ou chikungunya.

TRATAMENTO

- Não há vacina contra o zika e nenhum remédio para tratá-lo.
- Os sintomas são tratados com:
 - Muito repouso.
 - Ingestão de líquidos para prevenir a desidratação.
 - Medicamentos, como o acetaminofeno (Tylenol®), para diminuir a febre e a dor.
- Não tome aspirina, ibuprofeno (como Advil ou Motrin) ou outros anti-inflamatórios não esteroides, também conhecidos como AINEs, até que a dengue seja descartada.
- Se estiver tomando remédio por qualquer outra condição médica, consulte o seu médico ou profissional de saúde antes de tomar mais medicamentos.



HISTÓRIA DO ZIKA

O zika vírus foi descoberto em 1947 e recebeu o nome de onde foi encontrado – floresta Zika, em Uganda. Desde então, surtos de zika foram relatados na África Tropical, no Sudeste Asiático e nas Ilhas do Pacífico. Como os sintomas de zika podem ser semelhantes aos de muitas outras doenças e geralmente são leves, muitos casos podem não ter sido reconhecidos.

Em maio de 2015, a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) emitiu um alerta sobre a primeira infecção pelo zika vírus confirmada no Brasil. O Brasil também reportou um aumento no número de bebês nascidos com microcefalia, o que posteriormente foi ligado à infecção por zika vírus durante a gravidez. A transmissão local foi reportada em muitos países e territórios. Transmissão local também foi reportada nos EUA (<http://www.cdc.gov/zika/geo/>). O zika vírus provavelmente continuará se espalhando para novas áreas.

É difícil determinar as áreas específicas onde o zika está se propagando, e elas provavelmente mudarão com o tempo. Antes de viajar para o exterior, acesse o site de saúde de viajantes do CDC para obter as informações sobre viagens mais atualizadas.

RECURSOS

ZIKA VÍRUS

- Sintomas, diagnóstico e tratamento do zika: <http://www.cdc.gov/zika/symptoms/index.html>
- Informações de viagem sobre o zika: <http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information>
- O que sabemos e não sabemos sobre o zika e gravidez: <http://www.cdc.gov/zika/healtheffects/index.html>
- Recomendações do CDC para casais que estão pensando em engravidar: <http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/thinking-about-pregnancy.html>
- Transmissão sexual do zika vírus: <http://www.cdc.gov/zika/transmission/sexual-transmission.html>

PREVENÇÃO

- Conselho básico de prevenção: <http://www.cdc.gov/zika/prevention/>
- Conselhos para controle de mosquitos em casa: <http://www.cdc.gov/zika/prevention/controlling-mosquitoes-at-home.html>
- Fossa séptica à prova de mosquitos: <http://www.cdc.gov/zika/pdfs/septic-tank-factsheet-english-lhnczid.pdf>
- Como criar um kit de prevenção do zika: <http://www.cdc.gov/zika/prevention/prevention-kit.html>
- Conselhos para mulheres grávidas se protegerem: <http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/protect-yourself.html>

RECURSOS DE COMUNICAÇÃO

- Recursos impressos: <http://www.cdc.gov/zika/fs-posters/index.html>
- Infográficos: <http://www.cdc.gov/zika/comm-resources/infographics.html>
- Recursos em vídeo sobre o zika: <http://www.cdc.gov/zika/comm-resources/video.html>

